

Heti étlap: 2019.04.22. - 2019.04.26. a / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

Hejőbábai Mesevár Óvoda és Konyha, 3593 Hejőbába, Iskola u.9.

	2019.04.22. hétfő	2019.04.23. kedd	2019.04.24. szerda	2019.04.25. csütörtök	2019.04.26. péntek	2019.04.27. szombat
T í z ó r a i			<p>Gabonapehely *1,7* Tej (pasztőrözött; 1,5 %) *7*</p> <p><i>En: 538 kj /128 kc; Feh: 9,1 gr; Szh:42gr;Cuk:11,6gr;Só:0,3 gr; Zsír:3,9gr;Tzs:0,1gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>Diák kifli 30g *1,7* májusi felvágott Delma light Retek tejeskávé *7*</p> <p><i>En: 623 kj /148 kc; Feh: 11,8 gr; Szh:28gr;Cuk:11,2gr;Só:1,2 gr; Zsír:10,9gr;Tzs:1,4gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>diák teljes kiőrlésű zsemle 30g *1* Delma light Pritamin paprika Baromfi sonka Tej (pasztőrözött; 1,5 %) *7*</p> <p><i>En: 519 kj /124 kc; Feh: 11,9 gr; Szh:29gr;Cuk:0,2gr;Só:1,4 gr; Zsír:6,3gr;Tzs:0,5gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	
E b é d			<p>Kolbászos burgonyaleves *7,9* Kenyér teljeskiőrlésű *1* Paprikás csirke *1,7* Párolt rizs sárgarépával Cékla</p> <p><i>En: 899 kj /214 kc; Feh: 23,8 gr; Szh:75gr;Cuk:4,9gr;Só:3,4 gr; Zsír:13,9gr;Tzs:0,4gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej, Zeller</i></p>	<p>Húsleves *1,3,9* Főtt burgonya Meggymártás *1,7* Főtt hús</p> <p><i>En: 1246 kj /297 kc; Feh: 29,9 gr; Szh:60gr;Cuk:18,9gr;Só:1,3 gr; Zsír:26,1gr;Tzs:4,7gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i></p>	<p>Karfiol krémleves *1,3,6,7* Tarhonyás hús *1* Narancs</p> <p><i>En: 734 kj /175 kc; Feh: 17,3 gr; Szh:64gr;Cuk:11gr;Só:2 gr; Zsír:22,5gr;Tzs:7,6gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej</i></p>	
U z s o n n a			<p>köleses pogácsa *1,11* Alma</p> <p><i>En: 317 kj /75 kc; Feh: 3,8 gr; Szh:36gr;Cuk:11gr;Só:1,2 gr; Zsír:10gr;Tzs:0,8gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szezámag</i></p>	<p>Kenyér teljeskiőrlésű *1* Kenőmájás Paradicsom Narancs</p> <p><i>En: 380 kj /90 kc; Feh: 8,5 gr; Szh:38gr;Cuk:8,9gr;Só:0,9 gr; Zsír:6,2gr;Tzs:0,2gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén</i></p>	<p>lekváros bukta 70g *1,7*</p> <p><i>En: 209 kj /50 kc; Feh: 3,8 gr; Szh:40gr;Cuk:16,8gr;Só:0,4 gr; Zsír:3,6gr;Tzs:1,8gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	
			<p><i>En: 1754 kj /418 kc; Feh:36,7 gr; Szh:154gr;Cuk:27,5gr;Só:5gr;Zsír:27,8 gr; Tzs:1,3 gr;Kalc:0 gr</i></p>	<p><i>En: 2249 kj /536 kc; Feh:50,2 gr; Szh:126gr;Cuk:39gr;Só:3,4gr;Zsír:43,2 gr; Tzs:6,4 gr;Kalc:0 gr</i></p>	<p><i>En: 1462 kj /348 kc; Feh:33 gr; Szh:133gr;Cuk:28gr;Só:3,8gr;Zsír:32,4 gr; Tzs:9,9 gr;Kalc:0 gr</i></p>	

1: Glutén; 2:Rák; 3:Tojás; 4:Hal; 5:Földimogyoró; 6:Szójabab; 7:Tej; 8:Dió; 9:Zeller; 10:Mustár; 11:Szezámag; 12:Szulfitok; 13:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás:

Heti étlap: 2019.04.22. - 2019.04.26. a / Napi háromszori étkezés Tej allergia étrend / 4-6 év

Hejőbábai Mesevár Óvoda és Konyha, 3593 Hejőbába, Iskola u.9.

	2019.04.22. hétfő	2019.04.23. kedd	2019.04.24. szerda	2019.04.25. csütörtök	2019.04.26. péntek	2019.04.27. szombat
T í z ó r a i			<p>Kenyér teljeskiőrlésű *1* Májkrém konzerv Uborka *6* Tápszer Humana</p> <p><i>En: 255 kj /61 kc; Feh: 8 gr; Szh:36gr;Cuk:4,5gr;Só:1,7 gr; Zsír:9,8gr;Tzs:3gr;Kalc:68 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab</i></p>	<p>Kenyér teljeskiőrlésű *1* Delma light májusi felvágott Retek Tápszer Humana</p> <p><i>En: 292 kj /69 kc; Feh: 8,8 gr; Szh:34gr;Cuk:2,8gr;Só:1,6 gr; Zsír:7,7gr;Tzs:1,3gr;Kalc:68 gr</i></p> <p><i>Glutén</i></p>	<p>Teljes kiőrlésű zsemle *1,6* Delma light Pritamin paprika Baromfi sonka Tápszer Humana</p> <p><i>En: 288 kj /69 kc; Feh: 10,3 gr; Szh:45gr;Cuk:2,9gr;Só:1,7 gr; Zsír:3,3gr;Tzs:0,3gr;Kalc:68 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab</i></p>	
E b é d			<p>Kolbászos burgonyaleves *7,9* Kenyér teljeskiőrlésű *1* Csirkepörkölt *1* Párolt rizs sárgarépával Cékla</p> <p><i>En: 747 kj /178 kc; Feh: 22,8 gr; Szh:73gr;Cuk:4,3gr;Só:2,9 gr; Zsír:11,5gr;Tzs:0,4gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej, Zeller</i></p>	<p>Húsleves *1,3,9* Főtt burgonya Főtt hús Meggybefőtt</p> <p><i>En: 948 kj /226 kc; Feh: 27,9 gr; Szh:37gr;Cuk:4,2gr;Só:1,3 gr; Zsír:20,3gr;Tzs:0,1gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Zeller</i></p>	<p>Karfiolleves *1,3* Tarhonyás hús *1* Narancs</p> <p><i>En: 691 kj /165 kc; Feh: 17,1 gr; Szh:66gr;Cuk:9,5gr;Só:1,8 gr; Zsír:12,9gr;Tzs:0,6gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás</i></p>	
U z s o n n a			<p>köleses pogácsa *1,11* Alma</p> <p><i>En: 317 kj /75 kc; Feh: 3,8 gr; Szh:36gr;Cuk:11gr;Só:1,2 gr; Zsír:10gr;Tzs:0,8gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szezám</i></p>	<p>Kenyér teljeskiőrlésű *1* Kenőmájas Paradicsom Narancs</p> <p><i>En: 347 kj /83 kc; Feh: 6,9 gr; Szh:38gr;Cuk:8,9gr;Só:0,8 gr; Zsír:3,4gr;Tzs:0,2gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén</i></p>	<p>sárgabarack dzsem 70% gyümölcs Teljes kiőrlésű zsemle *1,6*</p> <p><i>En: 218 kj /52 kc; Feh: 5,5 gr; Szh:44gr;Cuk:6,7gr;Só:0,6 gr; Zsír:0,3gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab</i></p>	
			<p><i>En: 1319 kj /314 kc; Feh:34,6 gr; Szh:146gr;Cuk:19,7gr;Só:5,9gr;Zsír:31,2 gr; Tzs:4,3 gr;Kalc:68 gr</i></p>	<p><i>En: 1587 kj /378 kc; Feh:43,6 gr; Szh:110gr;Cuk:15,9gr;Só:3,6gr;Zsír:31,4 gr; Tzs:1,6 gr;Kalc:68 gr</i></p>	<p><i>En: 1197 kj /285 kc; Feh:32,9 gr; Szh:155gr;Cuk:19,1gr;Só:4,1gr;Zsír:16,5 gr; Tzs:0,9 gr;Kalc:68 gr</i></p>	

1: Glutén; 2:Rák; 3:Tojás; 4:Hal; 5:Földimogyoró; 6:Szójabab; 7:Tej; 8:Dió; 9:Zeller; 10:Mustár; 11:Szezám; 12:Szulfítok; 13:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás:

Heti étlap: 2019.04.22. - 2019.04.26. a / Napi háromszori étkezés Vesekő étrend / 4-6 év

Hejőbábai Mesevár Óvoda és Konyha, 3593 Hejőbába, Iskola u.9.

	2019.04.22. hétfő	2019.04.23. kedd	2019.04.24. szerda	2019.04.25. csütörtök	2019.04.26. péntek	2019.04.27. szombat
T í z ó r a i			<p>Gabonapehely *1* Tej (pasztőrözött; 1,5 %) *7*</p> <p><i>En: 988 kj /235 kc; Feh: 5,5 gr; Szh:46gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:4gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>Diák kifli 30g *1,7* Delma light májusi felvágott Retek tejeskávé *7*</p> <p><i>En: 623 kj /148 kc; Feh: 11,8 gr; Szh:28gr;Cuk:11,2gr;Só:1,2 gr; Zsír:10,9gr;Tzs:1,4gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>Tejles kiörlésű zsemle *1,6* Delma light Pritamin paprika Baromfi sonka Tej (pasztőrözött; 1,5 %) *7*</p> <p><i>En: 609 kj /145 kc; Feh: 14,6 gr; Szh:47gr;Cuk:0,4gr;Só:1,7 gr; Zsír:6,3gr;Tzs:0,3gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab, Tej</i></p>	
E b é d			<p>Kolbászos burgonyaleves *7,9* Kenyér teljeskiörlésű *1* Paprikás csirke *1,7* Párolt rizs sárgarépaival Cékla</p> <p><i>En: 899 kj /214 kc; Feh: 23,8 gr; Szh:75gr;Cuk:4,9gr;Só:3,4 gr; Zsír:13,9gr;Tzs:0,4gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej, Zeller</i></p>	<p>Húsleves *1,3,9* Főtt burgonya Meggymártás *1,7* Főtt hús</p> <p><i>En: 1246 kj /297 kc; Feh: 29,9 gr; Szh:60gr;Cuk:18,9gr;Só:1,3 gr; Zsír:26,1gr;Tzs:4,7gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i></p>	<p>Karfiol krémleves *1,3,6,7* Tarhonyás hús *1* Narancs</p> <p><i>En: 734 kj /175 kc; Feh: 17,3 gr; Szh:64gr;Cuk:11gr;Só:2 gr; Zsír:22,5gr;Tzs:7,6gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej</i></p>	
U z s o n n a			<p>Kenyér teljeskiörlésű *1* Májkrém konzerv Alma</p> <p><i>En: 291 kj /69 kc; Feh: 6 gr; Szh:41gr;Cuk:12,7gr;Só:1 gr; Zsír:3,4gr;Tzs:3gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén</i></p>	<p>Kenyér teljeskiörlésű *1* Kenőmájás Paradicsom Narancs</p> <p><i>En: 380 kj /90 kc; Feh: 8,5 gr; Szh:38gr;Cuk:8,9gr;Só:0,9 gr; Zsír:6,2gr;Tzs:0,2gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén</i></p>	<p>lekváros bukta 70g *1,7*</p> <p><i>En: 209 kj /50 kc; Feh: 3,8 gr; Szh:40gr;Cuk:16,8gr;Só:0,4 gr; Zsír:3,6gr;Tzs:1,8gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	
			<p><i>En: 2178 kj /519 kc; Feh:35,3 gr; Szh:162gr;Cuk:17,6gr;Só:4,5gr;Zsír:21,3 gr; Tzs:3,5 gr;Kalc:0 gr</i></p>	<p><i>En: 2249 kj /536 kc; Feh:50,2 gr; Szh:126gr;Cuk:39gr;Só:3,4gr;Zsír:43,2 gr; Tzs:6,4 gr;Kalc:0 gr</i></p>	<p><i>En: 1552 kj /370 kc; Feh:35,7 gr; Szh:152gr;Cuk:28,1gr;Só:4,1gr;Zsír:32,4 gr; Tzs:9,8 gr;Kalc:0 gr</i></p>	

1: Glutén; 2:Rák; 3:Tojás; 4:Hal; 5:Földimogyoró; 6:Szójabab; 7:Tej; 8:Dió; 9:Zeller; 10:Mustár; 11:Szezámag; 12:Szulfitok; 13:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás:

Heti étlap: 2019.04.22. - 2019.04.26. a / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

Hejőbábai Mesevár Óvoda és Konyha, 3593 Hejőbába, Iskola u.9.

	2019.04.22. hétfő	2019.04.23. kedd	2019.04.24. szerda	2019.04.25. csütörtök	2019.04.26. péntek	2019.04.27. szombat
T í z ó r a i			Párizsikrém *1,6,7,9,10* Kenyér (fehér) *1* Tej (pasztörözött; 1,5 %) *7* <i>En: 548 kj /130 kc; Feh: 10,6 gr; Sznh:37gr;Cuk:0,1gr;Só:0,9 gr; Zsír:6,2gr;Tzs:1,6gr;Kalc:0 gr</i> Glutén, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Kifli *1,7* májusi felvágott Delma light Retek Tejeskávé *7* <i>En: 714 kj /170 kc; Feh: 14,4 gr; Sznh:60gr;Cuk:12,1gr;Só:1,5 gr; Zsír:11,7gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0 gr</i> Glutén, Tej	Teljes kiőrlésű zsemle *1,6* Delma light Pritamin paprika Baromfi sonka Tej (pasztörözött; 1,5 %) *7* <i>En: 609 kj /145 kc; Feh: 14,6 gr; Sznh:47gr;Cuk:0,4gr;Só:1,7 gr; Zsír:6,3gr;Tzs:0,3gr;Kalc:0 gr</i> Glutén, Szójabab, Tej	
E b é d			Kolbászos burgonyaleves *7,9* Kenyér teljeskiőrlésű *1* Paprikás csirke *1,7* Párolt rizs sárgarépával Cékla <i>En: 1017 kj /242 kc; Feh: 32,4 gr; Sznh:90gr;Cuk:4,9gr;Só:3,5 gr; Zsír:16,2gr;Tzs:0,5gr;Kalc:0 gr</i> Glutén, Tej, Zeller	Húsleves *1,3,9* Főtt burgonya Meggy mártás *1,7* főtt hús <i>En: 1579 kj /376 kc; Feh: 37 gr; Sznh:75gr;Cuk:23,6gr;Só:1,3 gr; Zsír:35,1gr;Tzs:5,9gr;Kalc:0 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Karfiol krémleves *1,3,6,7* Tarhonyás hús *1* Narancs <i>En: 867 kj /207 kc; Feh: 21,5 gr; Sznh:77gr;Cuk:11,1gr;Só:2,2 gr; Zsír:27,2gr;Tzs:7,7gr;Kalc:0 gr</i> Glutén, Tojás, Szójabab, Tej	
U z s o n n a			köleses pogácsa *1,11* Alma <i>En: 512 kj /122 kc; Feh: 7,7 gr; Sznh:59gr;Cuk:11gr;Só:2,5 gr; Zsír:20gr;Tzs:1,6gr;Kalc:0 gr</i> Glutén, Szezámag	Kenyér teljeskiőrlésű *1* Kenőmájas Paradicsom Narancs <i>En: 405 kj /96 kc; Feh: 9,3 gr; Sznh:43gr;Cuk:8,9gr;Só:1 gr; Zsír:6,3gr;Tzs:0,3gr;Kalc:0 gr</i> Glutén	lekváros bukta 70g *1,7* <i>En: 209 kj /50 kc; Feh: 3,8 gr; Sznh:40gr;Cuk:16,8gr;Só:0,4 gr; Zsír:3,6gr;Tzs:1,8gr;Kalc:0 gr</i> Glutén, Tej	
			<i>En: 2076 kj /494 kc; Feh:50,6 gr; Sznh:186gr;Cuk:16gr;Só:6,9gr;Zsír:42,3 gr; Tzs:3,7 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 2698 kj /642 kc; Feh:60,6 gr; Sznh:178gr;Cuk:44,6gr;Só:3,8gr;Zsír:53,1 gr; Tzs:8 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 1686 kj /401 kc; Feh:39,9 gr; Sznh:165gr;Cuk:28,3gr;Só:4,3gr;Zsír:37,2 gr; Tzs:9,9 gr;Kalc:0 gr</i>	

1: Glutén; 2:Rák; 3:Tojás; 4:Hal; 5:Földimogyoró; 6:Szójabab; 7:Tej; 8:Dió; 9:Zeller; 10:Mustár; 11:Szezámag; 12:Szulfitok; 13:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Alíírás:

Heti étlap: 2019.04.22. - 2019.05.24. a / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év

Hejőbábai Mesevár Óvoda és Konyha, 3593 Hejőbába, Iskola u.9.

	2019.04.22. hétfő	2019.04.23. kedd	2019.04.24. szerda	2019.04.25. csütörtök	2019.04.26. péntek	2019.04.27. szombat
T í z ó r a i			<p>párizsikrém *1,6,7,9,10*</p> <p>Kenyér (fehér) *1*</p> <p>Tej (pasztörözött; 1,5 %) *7*</p> <p><i>En: 536 kj /128 kc; Feh: 9,9 gr; Sznh:37gr;Cuk:0gr;Só:0,8 gr; Zsír:5,3gr;Tzs:1,3gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár</i></p>	<p>Kifli *1,7*</p> <p>májusi felvágott</p> <p>Delma light</p> <p>Retek</p> <p>Tejescské *7*</p> <p><i>En: 714 kj /170 kc; Feh: 14,4 gr; Sznh:60gr;Cuk:12,1gr;Só:1,5 gr; Zsír:11,7gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>Teljes kiőrlésű zsemle *1,6*</p> <p>Delma light</p> <p>Pritamin paprika</p> <p>Baromfi sonka</p> <p>Tej (pasztörözött; 1,5 %) *7*</p> <p><i>En: 609 kj /145 kc; Feh: 14,6 gr; Sznh:47gr;Cuk:0,4gr;Só:1,7 gr; Zsír:6,3gr;Tzs:0,3gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab, Tej</i></p>	
E b é d			<p>Kolbászos burgonyaleves *7,9*</p> <p>Kenyér teljeskiőrlésű *1*</p> <p>Paprikás csirke *1,7*</p> <p>Párolt rizs sárgarépával</p> <p>Cékla</p> <p><i>En: 1129 kj /269 kc; Feh: 36 gr; Sznh:99gr;Cuk:4,9gr;Só:3,6 gr; Zsír:17,3gr;Tzs:0,5gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej, Zeller</i></p>	<p>Főtt hús</p> <p>Húsleves *1,3,9*</p> <p>Főtt burgonya</p> <p>Meggy mártás *1,7*</p> <p><i>En: 1688 kj /402 kc; Feh: 41,3 gr; Sznh:81gr;Cuk:27,3gr;Só:1,3 gr; Zsír:39,2gr;Tzs:6,6gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i></p>	<p>Karfiol krémleves *1,3,6,7*</p> <p>Tarhonyás hús *1*</p> <p>Narancs</p> <p><i>En: 860 kj /205 kc; Feh: 27,1 gr; Sznh:82gr;Cuk:4,1gr;Só:2,3 gr; Zsír:32,7gr;Tzs:7,9gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej</i></p>	
U z s o n n a			<p>köleses pogácsa *1,11*</p> <p>Alma</p> <p><i>En: 512 kj /122 kc; Feh: 7,7 gr; Sznh:59gr;Cuk:11gr;Só:2,5 gr; Zsír:20gr;Tzs:1,6gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szezám</i></p>	<p>Kenyér teljeskiőrlésű *1*</p> <p>Kenőmájás</p> <p>Paradicsom</p> <p>Narancs</p> <p><i>En: 405 kj /96 kc; Feh: 9,3 gr; Sznh:43gr;Cuk:8,9gr;Só:1 gr; Zsír:6,3gr;Tzs:0,3gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén</i></p>	<p>lekváros bukta 70g *1,7*</p> <p><i>En: 209 kj /50 kc; Feh: 3,8 gr; Sznh:40gr;Cuk:16,8gr;Só:0,4 gr; Zsír:3,6gr;Tzs:1,8gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	
			<p><i>En: 2177 kj /518 kc; Feh:53,5 gr;Sznh:194gr;Cuk:15,9gr;Só:6,9gr;Zsír:42,6 gr;Tzs:3,4 gr;Kalc:0 gr</i></p>	<p><i>En: 2807 kj /668 kc; Feh:64,9 gr;Sznh:184gr;Cuk:48,3gr;Só:3,8gr;Zsír:57,3 gr;Tzs:8,8 gr;Kalc:0 gr</i></p>	<p><i>En: 1678 kj /400 kc; Feh:45,5 gr;Sznh:169gr;Cuk:21,3gr;Só:4,4gr;Zsír:42,7 gr;Tzs:10,1 gr;Kalc:0 gr</i></p>	

1: Glutén; 2:Rák; 3:Tojás; 4:Hal; 5:Földimogyoró; 6:Szójabab; 7:Tej; 8:Dió; 9:Zeller; 10:Mustár; 11:Szezám; 12:Szulfítok; 13:Csillagfűt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Alíráás:

Heti étlap: 2019.04.22. - 2019.05.24. a / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

Hejőbábai Mesevár Óvoda és Konyha, 3593 Hejőbába, Iskola u.9.

	2019.04.22. hétfő	2019.04.23. kedd	2019.04.24. szerda	2019.04.25. csütörtök	2019.04.26. péntek	2019.04.27. szombat
Ebéd		Daragaluskaleves *3,9* Zöldborsó főzelék *1,7* Tükörtojás(*3* Kenyér teljeskiőrlésű *1* Mandarin	Kolbászos burgonyaleves *7,9* Kenyér teljeskiőrlésű *1* Paprikás csirke *1,7* Párolt rizs sárgarépával Cékla	Húsleves *1,3,9* Főtt burgonya Meggymártás *1,7* Főtt hús	Karfiol krémleves *1,3,6,7* Tarhonyás hús *1* Narancs	
		En: 3332 kj /793 kc; Feh: 40,6 gr; Szh:154gr;Cuk:21,2gr; Só:3,1 gr; Zsír:55,9gr;Tzs:0,4gr;K alc:0 gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	En: 1732 kj /412 kc; Feh: 53,5 gr; Szh:142gr;Cuk:7,8gr;S ó:6,8 gr; Zsír:40,5gr;Tzs:0,8gr;K alc:0 gr Glutén, Tej, Zeller	En: 2475 kj /589 kc; Feh: 60,3 gr; Szh:112gr;Cuk:32,5gr; Só:3,1 gr; Zsír:59,9gr;Tzs:7,1gr;K alc:0 gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	En: 1622 kj /386 kc; Feh: 41,6 gr; Szh:133gr;Cuk:19,8gr; Só:3,5 gr; Zsír:61,3gr;Tzs:9,9gr;K alc:0 gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej	
Tápérték össz.		En: 3332 kj /793 kc; Feh:40,6 gr;Szh:154gr;Cuk:21,2 gr;Só:3,1gr;Zsír:55,9 gr;Tzs:0,4 gr;Kalc:0 gr	En: 1732 kj /412 kc; Feh:53,5 gr;Szh:142gr;Cuk:7,8gr; Só:6,8gr;Zsír:40,5 gr;Tzs:0,8 gr;Kalc:0 gr	En: 2475 kj /589 kc; Feh:60,3 gr;Szh:112gr;Cuk:32,5 gr;Só:3,1gr;Zsír:59,9 gr;Tzs:7,1 gr;Kalc:0 gr	En: 1622 kj /386 kc; Feh:41,6 gr;Szh:133gr;Cuk:19,8 gr;Só:3,5gr;Zsír:61,3 gr;Tzs:9,9 gr;Kalc:0 gr	

1: Glutén; 2:Rák; 3:Tojás; 4:Hal; 5:Földimogyoró; 6:Szójabab; 7:Tej; 8:Dió; 9:Zeller; 10:Mustár; 11:Szezám; 12:Szulfítok; 13:Csillagfűt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás: